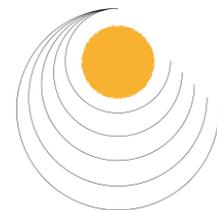


La comunicazione HBSC: proposte e prospettive

Chiara Cattaneo e Barbara De Mei
per il gruppo di comunicazione HBSC
Istituto Superiore di Sanità

Gruppo di lavoro su comunicazione

- ❖ Istituto Superiore di Sanità
- ❖ Università di Torino
- ❖ Università di Siena
- ❖ Università di Padova

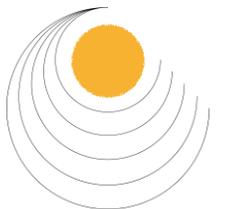


❖ ***Attività comunicazione rilevazione 2018***

- *Cosa abbiamo a disposizione*

❖ ***Attività comunicazione rilevazione 2022***

- *Cosa ci aspetta*

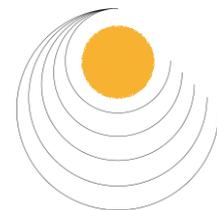


❖ ***Attività comunicazione rilevazione 2018***

- *Cosa abbiamo a disposizione*

❖ ***Attività comunicazione rilevazione 2022***

- *Cosa ci aspetta*



Comunicazione HBSC - 2018

❖ **Materiali:**

- Schede informative

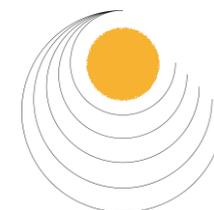
❖ **Obiettivo:**

- Migliorare la ***conoscenza dei dati HBSC*** e
- le ***informazioni*** su come ***promuovere la salute*** e il benessere ***nel contesto scolastico***

❖ **Target**

- Dirigenti Scolastici e Insegnanti
- Operatori Sanitari
- Ragazze e ragazzi e loro famiglie

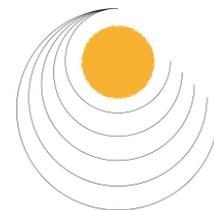
❖ **HBSC su Epicentro** <https://www.epicentro.iss.it/hbsc/>



Schede informative: dati anno 2018

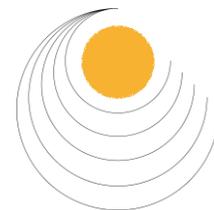
❖ Sono state realizzate **11 schede informative** a partire dai dati HBSC + un approfondimento sul **fumo nel contesto scolastico** dai **dati GYTS**

- Abitudini alimentari
- Alcol
- Attività fisica e sedentarietà
- Bullismo e cyberbullismo
- Famiglia
- Fumo
- Fumo nel contesto scolastico
- Gioco d'azzardo
- Scuola
- Salute e benessere
- Social media



Schede informative: dati anno 2018

- ❖ **Target -> Scuola**
- ❖ Le schede sono state realizzate in accordo con gli obiettivi del ***Piano Nazionale della Prevenzione***
- ❖ ***Messe a disposizione delle Regioni per supportare il Macro Obiettivo 1:***
Malattie croniche non trasmissibili / PP1 “Scuole che Promuovono Salute”/ 2.1 Sviluppare e/o migliorare le conoscenze e le competenze di tutti i componenti della comunità scolastica, agendo sull’ambiente formativo, sociale, fisico e organizzativo e rafforzando la collaborazione con la comunità locale

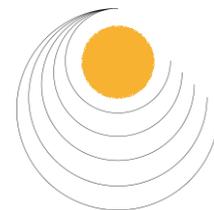


Schede informative: dati anno 2018

La promozione della salute a scuola può essere definita come l'insieme delle strategie e attività intraprese per migliorare e proteggere la salute di tutta la comunità scolastica.

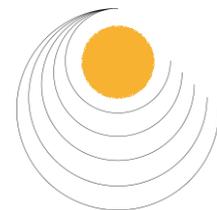
Il PNP sostiene il programma “Scuole che Promuovono Salute” che include:

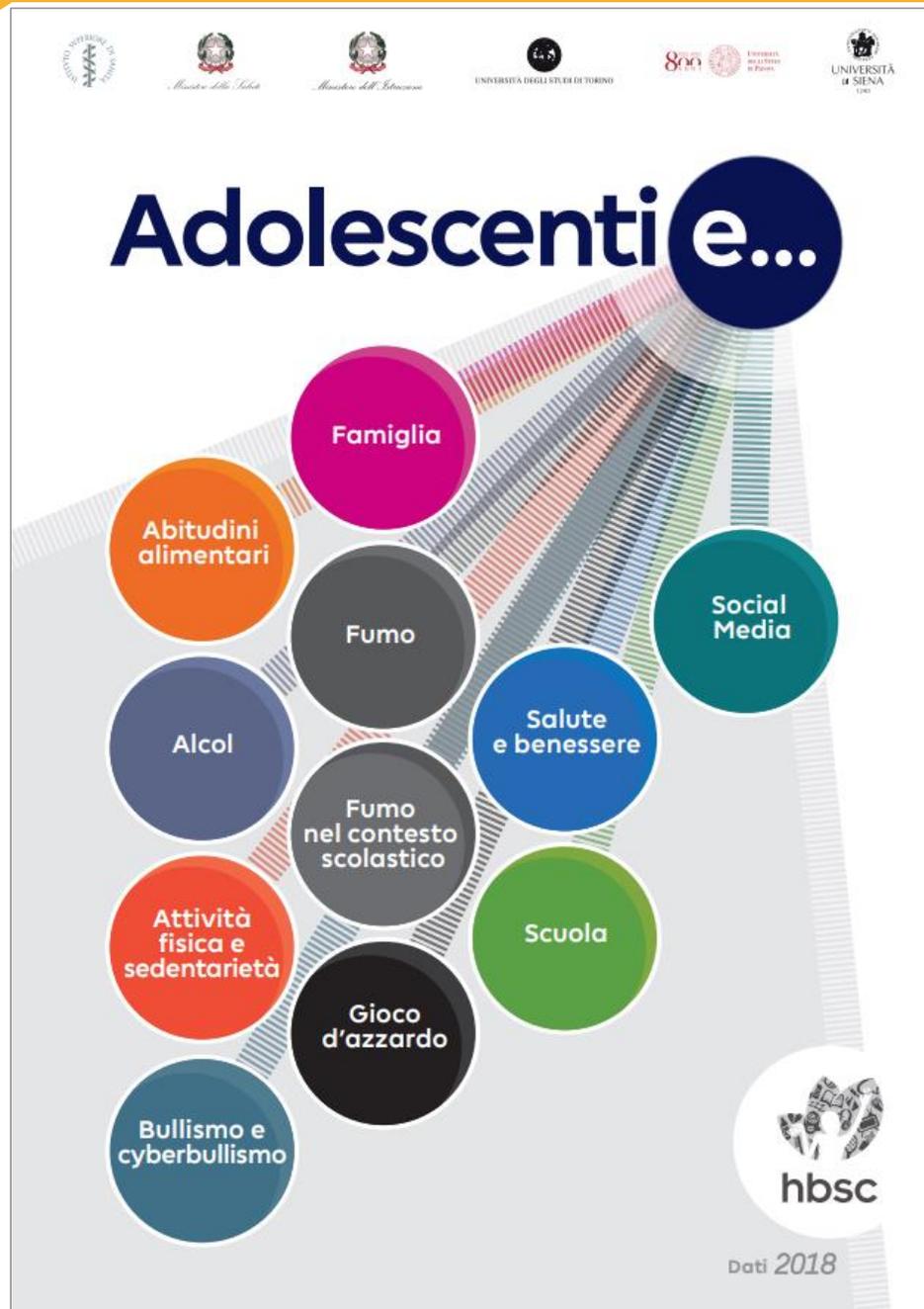
- ❖ promozione e sviluppo delle competenze psicosociali
- ❖ miglioramento dell'ambiente sociale
- ❖ attenzione all'ambiente fisico e organizzativo
- ❖ collaborazione con il contesto comunitario e i servizi socio-sanitari



Schede informative: dati anno 2018

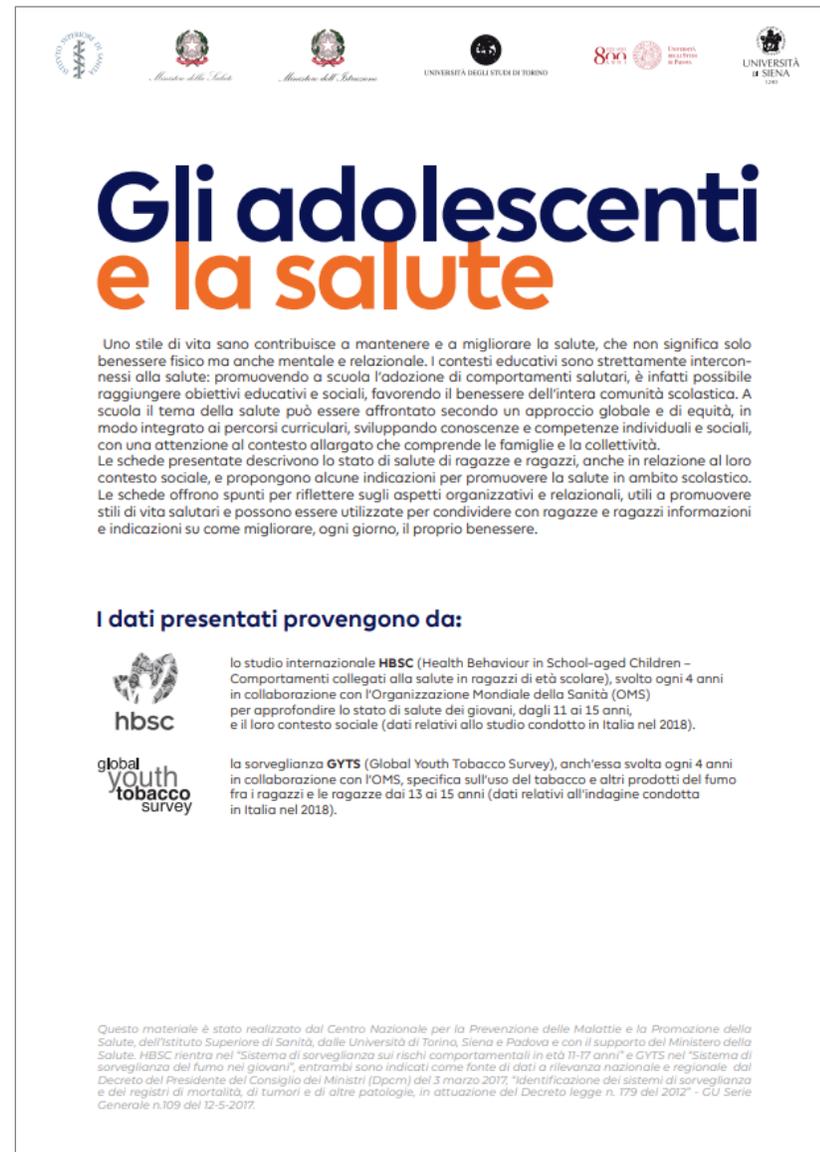
- ❖ Sono state realizzate in un formato a libretto, sfogliabile, e in pdf
- ❖ Attualmente le schede sono scaricabili dal sito Epicentro



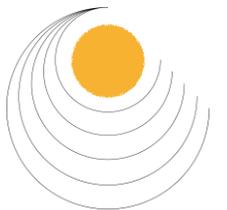


Ecco come si presenta il file:

- Copertina
- Introduzione



❖ *In dettaglio...*










ADOLESCENTI • Abitudini alimentari

Un'alimentazione equilibrata, associata a un adeguato livello di esercizio fisico e a un tempo limitato in attività sedentarie, migliora la qualità della vita. Una corretta alimentazione, basata su un apporto bilanciato di nutrienti quali carboidrati, proteine, grassi, tra energia introdotta e il suo dispendio attraverso il movimento e un'appropriata distribuzione dei pasti nell'arco della

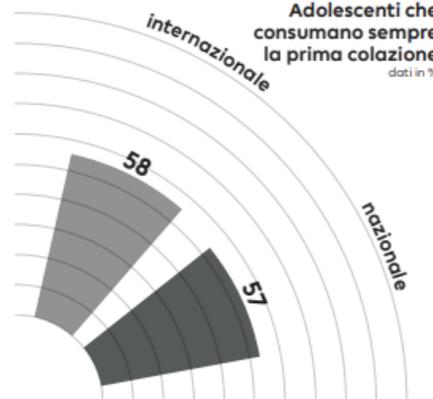
giornata, rivestono un ruolo fondamentale nel ridurre il rischio di sovrappeso e obesità. Diversi fattori contribuiscono a determinare una predisposizione all'eccesso ponderale: genetici, ambientali, culturali, socio-economici e comportamentali. Sui fattori ambientali, sociali e comportamentali è possibile intervenire per contrastare l'eccesso di peso.

Adolescenti e prima colazione

La prima colazione è considerata il "pasto più importante del giorno", influenza la capacità di concentrazione e apprendimento nei ragazzi e la corretta assunzione degli altri pasti nel corso della giornata. La colazione ha inoltre un ruolo essenziale nel controllo del peso corporeo.

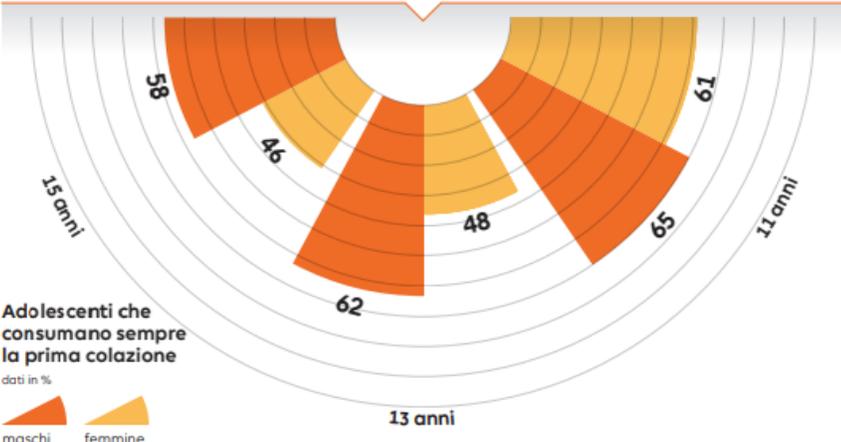
I dati internazionali dello studio HBSC riferiti ai ragazzi tra gli 11 e 15 anni indicano che più di 4 adolescenti su 10 non consumano la colazione tutti i giorni prima di andare a scuola, l'Italia si colloca appena al di sotto della media internazionale. L'abitudine dei ragazzi a saltare la colazione è più frequente al crescere dell'età, sia a livello internazionale che nazionale. Analogamente ai dati internazionali, nei maschi si evidenzia una frequenza di consumo minore, soprattutto nei 13 e 15enni.

Adolescenti che consumano sempre la prima colazione
dati in %



Categoria	Valore (%)
internazionale	58
nazionale	57

Adolescenti che consumano sempre la prima colazione
dati in %



Età	Genere	Valore (%)
15 anni	maschi	58
15 anni	femmine	46
13 anni	maschi	62
13 anni	femmine	48
11 anni	maschi	65
11 anni	femmine	61

INTRODUZIONE

Breve descrizione del tema trattato e quale rilevanza per la salute degli adolescenti

DATO. Confronto internazionale

Confronto su indicatore significativo

DATO. Nazionale

Media italiana, descritta per età e sesso, dello stesso indicatore utilizzato per il confronto internazionale

LE ABITUDINI ALIMENTARI

Consumo di alimenti salutari

Le scelte quotidiane di alimenti salutari sono fondamentali per una dieta bilanciata dal punto di vista nutrizionale. Le linee guida consigliano di assumere 5 porzioni al giorno di frutta e/o verdura.

Dai dati emerge che solo un terzo dei ragazzi dichiara di consumare frutta "almeno una volta al giorno" (33%), mentre per le ragazze si evidenziano livelli di consumo maggiore (39%).

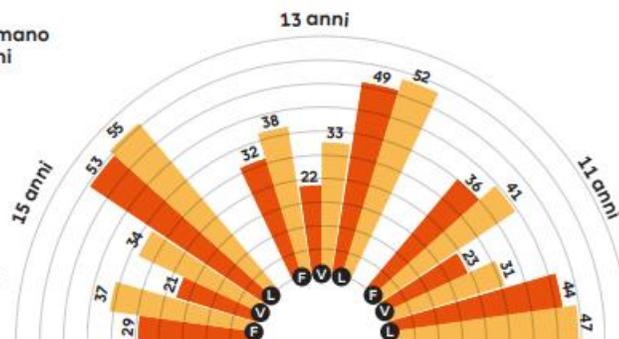
Più di un quarto degli adolescenti dichiara di consumare la verdura "almeno una volta al giorno", senza apprezzabili

differenze nelle tre classi di età. Anche in questo caso le ragazze hanno l'abitudine di consumare verdura più frequentemente (maschi 22% e femmine 33%). Il consumo di frutta e verdura per entrambi i generi tende a diminuire leggermente al crescere dell'età.

La metà degli adolescenti consuma i legumi almeno due volte a settimana, come da raccomandazioni, con un andamento crescente con l'età per entrambi i generi (maschi 48% e femmine 51%).

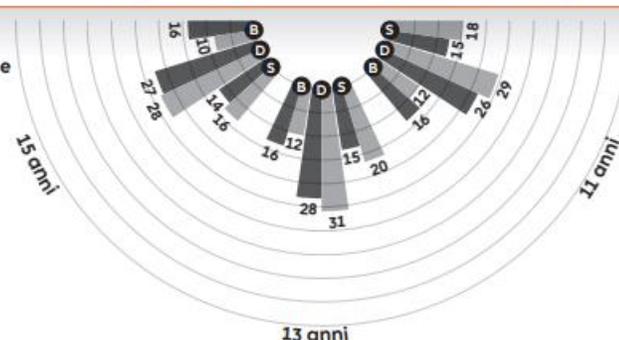
Adolescenti che consumano frutta, verdura e legumi
dati in %

-  maschi
-  femmine
- F** Frutta
almeno una volta al giorno
- V** Verdura
almeno una volta al giorno
- L** Legumi
almeno due volte a settimana



Adolescenti che consumano dolci, bibite zuccherate/gassate e snack salati
dati in %

-  maschi
-  femmine
- B** Bibite
almeno una volta al giorno
- D** Dolci
almeno una volta al giorno
- S** Snack
almeno una volta al giorno



Consumo di alimenti non salutari

Una dieta bilanciata associata a una riduzione del consumo di alimenti particolarmente ricchi di zuccheri, sale, grassi idrogenati e poveri da un punto di vista nutrizionale permettono di limitare il rischio di sovrappeso e obesità nei giovani.

I dati HBSC evidenziano che complessivamente il 28% dei giovani consuma quotidianamente dolci senza particolari differenze per genere e classe di età.

L'assunzione quotidiana di bibite zuccherate/gassate si osserva nel 14% degli adolescenti, con un livello minore tra le ragazze, soprattutto tra le 15enni. Anche consumare snack salati non è una abitudine particolarmente frequente: il 16% degli adolescenti dichiara di consumarli almeno una volta al giorno. Considerando le differenze di genere, si evince che le ragazze preferiscono questi alimenti in misura lievemente maggiore rispetto ai coetanei maschi.

DATO. Nazionale

Approfondimenti con indicatori di rilievo del tema considerato, per le tre classi di età

DATO. Regionale

Indicatore peculiare descritto con media regionale

DATO. Nazionale

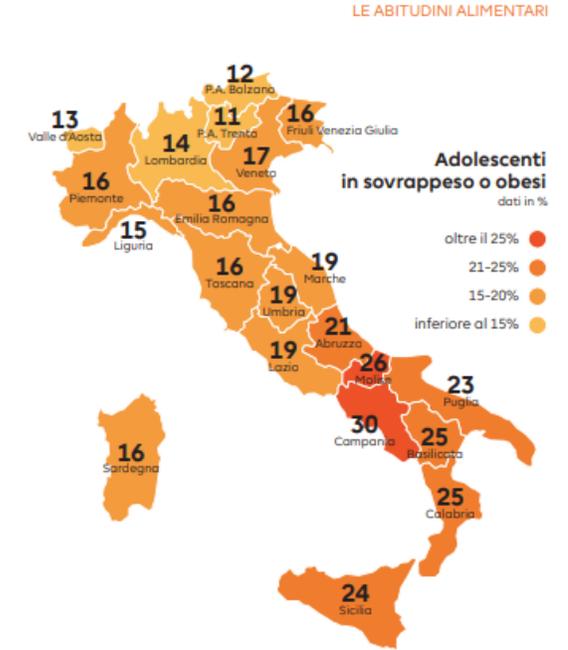
Lo stesso indicatore viene descritto per classi di età e sesso, con media nazionale

Stato ponderale

L'eccesso ponderale in età giovanile aumenta il rischio di sviluppare obesità in età adulta e così come le patologie ad essa correlate, tra cui diabete e malattie cardiovascolari.

Nell'ambito dello studio HBSC i ragazzi e le ragazze dichiarano il loro peso e la loro statura attraverso i quali viene calcolato l'Indice di Massa Corporea, che permette di definire lo stato ponderale di sottopeso, normopeso, sovrappeso e obeso. Nel nostro Paese si osserva un eccesso ponderale, che comprende i ragazzi in sovrappeso e con obesità, del 20%.

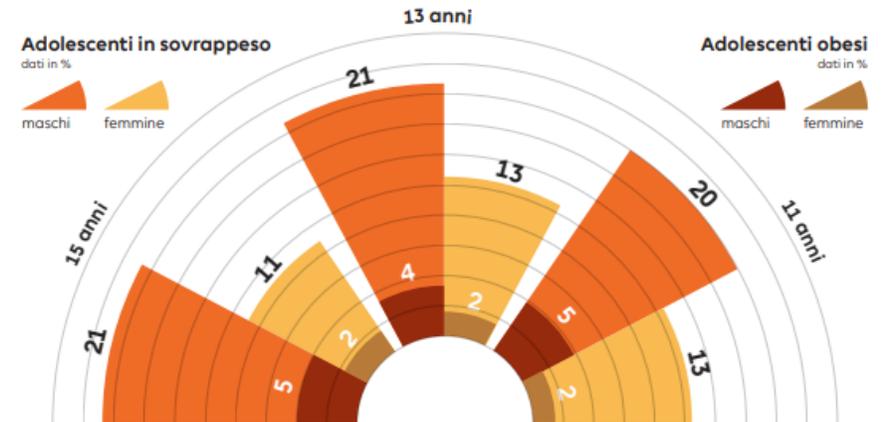
Nelle Regioni italiane si riscontrano livelli diversi di eccesso ponderale, con una distribuzione crescente da Nord a Sud. Le prevalenze più elevate di eccesso ponderale si rilevano in Campania, Molise, Calabria, Basilicata (con un 25% o più) rispetto alle Regioni del Centro e del Nord, con un minimo nella P.A. di Trento (11%).



Adolescenti in sovrappeso o obesi

La quota di giovani in eccesso ponderale mostra marcate differenze di genere: è decisamente maggiore nei ragazzi tra i quali, complessivamente, il 21% è in sovrappeso e il 5% presenta obesità, nelle ragazze tali valori sono rispettivamente del 12% e 2%.

In generale, le frequenze non variano tra le diverse fasce di età, anche se nelle ragazze si evidenzia una lieve diminuzione del sovrappeso all'aumentare dell'età.



COME AGIRE

La scuola rappresenta un luogo ideale per programmare azioni a favore della salute secondo un approccio globale e di equità, in modo integrato ai percorsi educativi curriculari e

per sviluppare conoscenze e competenze individuali e sociali con una attenzione al contesto allargato che comprende le famiglie e la comunità.

Facilitare l'organizzazione di un contesto favorevole a una corretta alimentazione

- Assicurare che ci sia coerenza tra il curriculum d'insegnamento e la disponibilità di cibo nella scuola.
- Definire linee guida relative al contenuto e alla fornitura dei distributori automatici di cibi e bevande. Questi dovrebbero fornire frutta e verdura, evitando alimenti ad alto contenuto di grassi, zuccheri e sale, ed escludere bevande gassate e zuccherate a favore della distribuzione di acqua. La vendita automatica può avere un'influenza dannosa sulla salute dei ragazzi sia direttamente, in termini di consumi scorretti, sia indirettamente, per il messaggio di marketing proposto.

Coinvolgere le famiglie

- Informare e coinvolgere le famiglie sulle iniziative intraprese a scuola.
- Organizzare azioni di comunicazione e attività specifiche per le famiglie che includano indicazioni per la preparazione di pasti salutari.

Creare opportunità e rispondere ai bisogni dei ragazzi

- Programmare attività curriculari a lungo termine sulla corretta alimentazione, coinvolgendo attivamente gli studenti, cercando di migliorare le loro conoscenze sulle caratteristiche di un'alimentazione varia ed equilibrata a colazione, a merenda e durante i pasti principali, favorendo l'adozione di scelte quotidiane consapevoli per rispondere in modo positivo alle influenze dell'ambiente.
- Sensibilizzare i ragazzi sui legami tra cibo, salute e benessere. Scelte alimentari appropriate e combinate correttamente (consumo adeguato di frutta, verdura, legumi e consumo limitato di sale, dolci e bevande caloriche), hanno effetti positivi anche sul mantenimento e raggiungimento di un peso corporeo nella norma e sulla soddisfazione per il proprio corpo.
- Promuovere interventi educativi che coinvolgano attivamente i giovani per aumentare la conoscenza e l'interesse verso il settore agroalimentare attraverso una visione ampia che comprende la diversità e tipicità degli alimenti, le abitudini gastronomiche, la tradizione e cultura del territorio, le caratteristiche produttive delle filiere alimentari, il rispetto dell'ambiente.

COLLEGAMENTI

Le raccomandazioni sono tratte da:

Ministero dell'Istruzione e Ministero dell'Università e della Ricerca. Linee guida per l'educazione alimentare. 2015



www.miur.gov.it/sfida-complessa



www.foodedu.it/upload/files/MIUR_Linee_Guida_per_l'Educazione_Alimentare_2015.pdf



HBSC (Health Behaviour in School-aged Children - Comportamenti collegati alla salute in ragazzi di età scolare) è uno studio internazionale svolto ogni 4 anni in collaborazione con l'Organizzazione Mondiale della Sanità per approfondire lo stato di

salute dei giovani e il loro contesto sociale. Nel 2018 hanno partecipato alla ricerca 50 Stati tra Europa e Nord America. In Italia, l'indagine ha coinvolto circa 59.000 ragazzi di 11, 13 e 15 anni.

www.hbsc.org www.epicentro.iss.it/hbsc

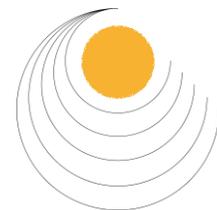
COME AGIRE

Indicazioni su come promuovere la salute nel contesto scolastico, secondo un approccio globale. Indicazioni generali e specifiche per il tema trattato

HBSC

Breve descrizione di HBSC

❖ *Formato fronte - retro*










ADOLESCENTI • Social Media

Nel momento storico attuale essere "sempre online" è la norma: i ragazzi e le ragazze usano costantemente i social media e le app di messaggistica istantanea per chattare, postare, commentare e costruire la propria identità. Un uso responsabile dei social media ha un impatto positivo sul benessere, aumentando la percezione di supporto sociale. L'uso problematico dei social media, invece,

si associa ad ansia, depressione e sintomi fisici e può essere caratterizzato da: ansia di accedere ai social, volontà di passare sempre più tempo online e sintomi di astinenza quando offline, fallimento nella gestione del tempo speso online, disinteresse verso le altre attività, liti con genitori a causa dell'uso eccessivo, problemi con i pari, utilizzo dei social per scappare da sentimenti negativi.

Adolescenti e uso problematico dei social media

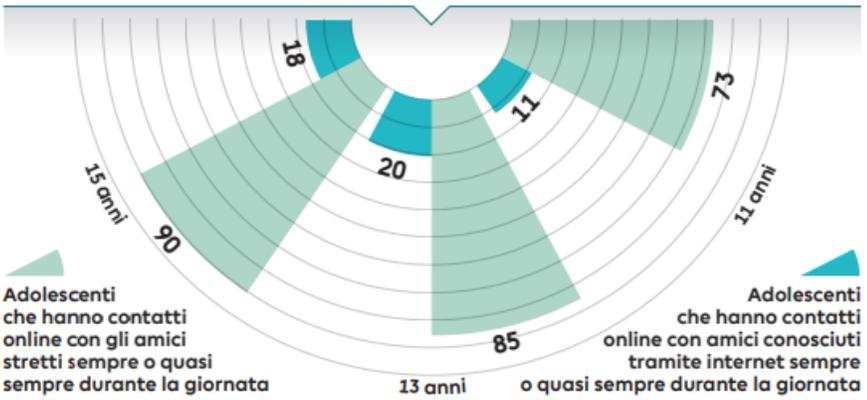
Lo studio HBSC evidenzia che la percentuale di adolescenti italiani con un uso problematico dei social media è maggiore rispetto alla media internazionale, la fascia d'età più problematica è quella dei 13enni. A livello nazionale, il 90% dei 15enni, l'85% dei 13enni e il 73% degli 11enni dichiarano di avere contatti online con gli amici stretti più volte durante la giornata. Inferiori risultano le percentuali di ragazzi che hanno contatti quotidiani con amici conosciuti tramite internet. Per questo comportamento potenzialmente problematico, sono i 13enni a riportare la frequenza maggiore.



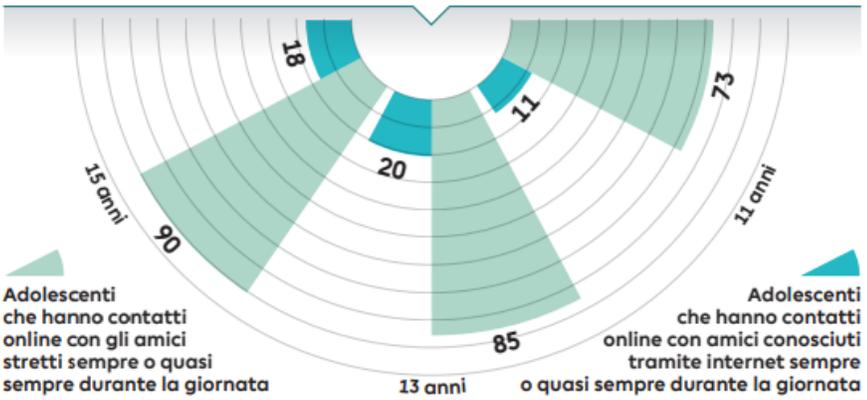
Adolescenti con uso problematico dei social media
dati in %

Età	Internazionale (%)	Nazionale (%)
11 anni	7	11
13 anni	10	20
15 anni	18	90

Adolescenti che hanno contatti online con gli amici stretti sempre o quasi sempre durante la giornata



Adolescenti che hanno contatti online con amici conosciuti tramite internet sempre o quasi sempre durante la giornata





HBSC (Health Behaviour in School-aged Children - Comportamenti collegati alla salute in ragazzi di età scolare) è uno studio internazionale svolto ogni 4 anni in collaborazione con l'Organizzazione Mondiale della Sanità per approfondire lo stato di salute dei giovani e il loro contesto sociale. Nel 2018 hanno partecipato alla ricerca 50 Stati tra Europa e Nord America. In Italia, l'indagine ha coinvolto circa 59.000 ragazzi di 11, 13 e 15 anni.

www.hbsc.org www.epicentro.iss.it/hbsc

INTRODUZIONE

Breve descrizione del tema trattato e quale rilevanza per la salute degli adolescenti

DATO. Confronto internazionale

Confronto su indicatore significativo

DATO. Nazionale

Approfondimenti con indicatori di rilievo del tema considerato, per le tre classi di età

HBSC

Breve descrizione di HBSC

DATO. Regionale

Indicatore descritto con media regionale, dello stesso indicatore utilizzato per il confronto internazionale

COME AGIRE

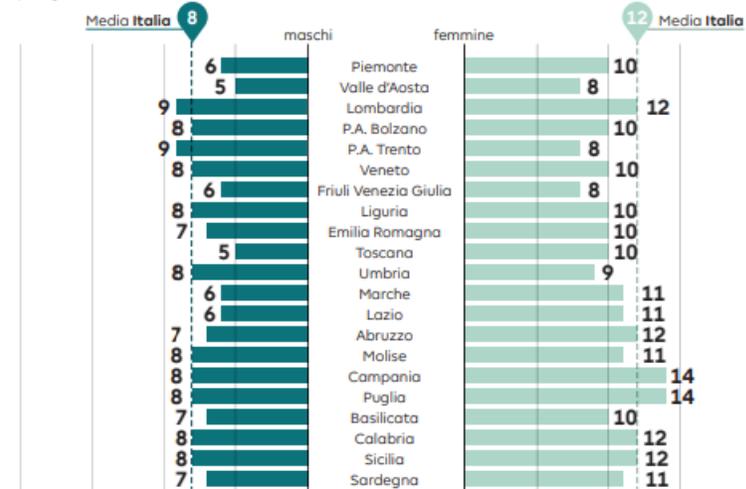
Indicazioni su come promuovere la salute nel contesto scolastico, secondo un approccio globale. Indicazioni generali e specifiche per il tema trattato

Adolescenti che fanno un uso problematico dei social media

La problematicità dell'uso dei social media è più diffusa nelle ragazze rispetto ai ragazzi in tutte le regioni ad eccezione della Provincia Autonoma di Trento. Le prevalenze più elevate di uso problematico dei social media si riscontrano in alcune Regioni del Sud (Campania, Puglia) per le ragazze e in alcune Regioni del Nord (Provincia autonoma di Trento

e Lombardia) per i ragazzi. Valle d'Aosta e Friuli Venezia Giulia presentano, invece, i livelli più bassi di uso problematico dei social media sia tra i ragazzi che tra le ragazze rispetto alla media nazionale. Nella Regione Toscana, invece, si riscontrano le percentuali più basse dell'uso problematico dei social media tra i ragazzi.

Dettaglio per regione, dati in %



COME AGIRE

La scuola rappresenta un luogo ideale per programmare azioni a favore della salute, secondo un approccio globale e di equità, in modo integrato ai percorsi educativi curricolari, per sviluppare conoscenze e competenze individuali e sociali, con attenzione al contesto allargato, che comprende le famiglie e la comunità.

Promuovere l'uso positivo dei social media nel contesto scolastico

- Nella prevenzione dell'uso problematico dei social media in particolare e di Internet più in generale, la scuola può offrire iniziative educative volte a limitare i comportamenti online potenzialmente problematici e a promuovere l'uso positivo e responsabile delle tecnologie, attraverso training specifici ed esperienziali e incontri di formazione per ragazzi, insegnanti e genitori focalizzati sui rischi e le potenzialità della rete.

Aiutare i ragazzi a gestire le emozioni in modo efficace

- L'uso dei social media è normativo tra i ragazzi e l'educazione alla gestione delle emozioni negative o indesiderate e delle relazioni online e offline è cruciale per evitare di sviluppare i sintomi dell'uso problematico dei social media.

derate e delle relazioni online e offline è cruciale per evitare di sviluppare i sintomi dell'uso problematico dei social media.

Aumentare le abilità sociali dei ragazzi

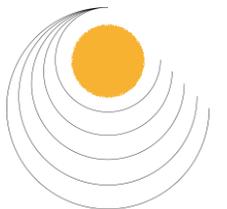
- A scuola possono essere realizzati interventi interattivi nelle classi volti a modificare le norme sociali tra pari che influiscono sulle modalità problematiche di utilizzo dei social media, attraverso la promozione di strategie di gestione di auto-regolazione cognitiva e comportamentale, e di competenze sociali e comunicative online e offline.

Intervenire precocemente a partire dalla scuola primaria

- I dati HBSC indicano che i problemi legati all'uso dei social media insorgono precocemente nei ragazzi di 11 e 13 anni. Coerentemente, le linee guida a livello internazionale raccomandano di offrire interventi di prevenzione in questo ambito a partire dalla scuola primaria.

❖ ***HBSC su Epicentro***

<https://www.epicentro.iss.it/hbsc/>



English - Home page



Istituto Superiore di Sanità

EpiCentro - L'epidemiologia per la sanità pubblica

Indice A-Z dei contenuti

Cerca..



Health Behaviour in School-aged Children

Home | EpiCentro



HBSC - News

22/12/2022 - Adolescenti e... salute: dalle sorveglianze HBSC e GYTS un documento per la promozione della salute nelle scuole

17/2/2022 - HBSC: i risultati dell'indagine 2018 in Emilia-Romagna



I temi di HBSC



Documentazione

La sorveglianza

Cosa è HBSC >

Contesto internazionale >

HBSC Italia >

I dati

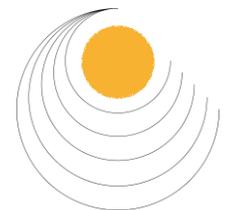
Indagine 2022 >

Indagini precedenti >

Gruppo di lavoro

Rete >

Contatti >



English - Home page



Istituto Superiore di Sanità

EpiCentro - L'epidemiologia per la sanità pubblica

Indice A-Z dei contenuti

Cerca..



Health Behaviour in School-aged Children

Home | EpiCentro



I temi di HBSC



La sorveglianza

Cosa è HBSC

Contesto internazionale

HBSC Italia



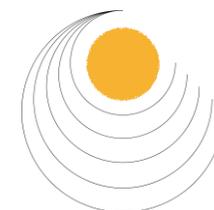
I dati

Indagine 2022

Indagini precedenti

La novità maggiore riguarderà la possibilità di avere un focus sui vari argomenti:

- ✓ **Abitudini alimentari**
- ✓ **Alcol**
- ✓ **Attività fisica e sedentarietà**
- ✓ **Bullismo e cyberbullismo**
- ✓ **Famiglia**
- ✓ **Fumo**
- ✓ **Gioco d'azzardo**
- ✓ **Scuola**
- ✓ **Social media**
- ✓ **Salute e benessere**



English - Home page



Istituto Superiore di Sanità

EpiCentro - L'epidemiologia per la sanità pubblica

Indice A-Z dei contenuti

Cerca..



Health Behaviour in School-aged Children

Home | EpiCentro



I temi

La sorveglianza

Cosa è HBSC



Indagine 2022

Contesto internazionale



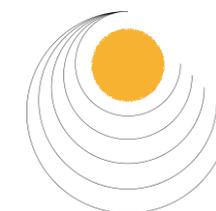
Indagini precedenti

HBSC Italia



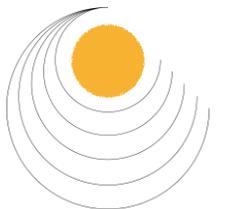
Saranno disponibili su
Epicentro

- ✓ link al comunicato stampa ISS
- ✓ sintesi dei dati nazionali
- ✓ i materiali del convegno



In prospettiva....

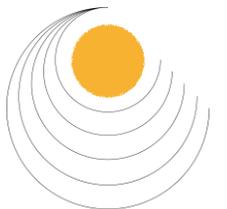
- ❖ ***Attività comunicazione rilevazione 2022***
 - *Cosa ci aspetta*



Come promuovere la conoscenza dei dati HBSC? Alcune proposte...

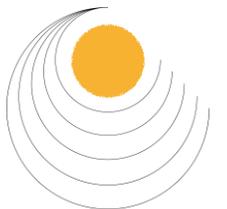
- ❖ Aggiornamento delle schede informative con i dati 2022
 - ❖ Aggiunta nuova classe di età

- ❖ Creazione di pagine tematiche sul sito web HBSC/Epicentro:
 - ❖ Indicatori significativi per ogni tematica



Come promuovere la conoscenza dei dati HBSC? Alcune proposte...

- ❖ Uscita cadenzata di approfondimenti tematici
 - ❖ Collegamento con eventi nazionali e internazionali per divulgare i dati della Sorveglianza
- ❖ Coordinamento con Uffici Stampa dell'Istituto Superiore di Sanità e delle Università
- ❖ Uscita sui social media istituzionali di pillole informative riguardanti i dati della Sorveglianza
- ❖ ...



❖ ***Cosa ancora si potrebbe fare?***

Grazie per l'attenzione

chiara.cattaneo@iss.it

